

Entre el amor y la disciplina

Yumaris Colón Rivera

M Ed, MA, PhD

ycolon@secrece.com



Cuando usted establece normas de disciplina en su hogar está amando a sus hijos. Como padres responsables debemos entender que el amar a sus hijos implica también disciplinarlos y que disciplinarlos no corresponde al maltrato.

Pese a que existen numerosas fuentes de consulta en relación al tema de la crianza de los hijos, es común escuchar a los padres cuestionarse ¿cuál será la mejor manera de disciplinar a sus hijos?.

Con el fin de contestar adecuadamente esta pregunta, es indispensable tener muy claro que el fin último de la disciplina es lograr que los hijos adquieran un patrón específico de comportamiento y desarrollen su carácter de forma sana e integral.

Existen una gran variedad de métodos disciplinarios y mientras unos funcionan en algunos niños otros no lo hacen. El método que se utilice dependerá de la edad del niño y de su temperamento. Por ejemplo, en un grupo de hermanos, las reglas y métodos disciplinarios no pueden ser los mismos para todos.

El saber por qué los niños se están comportando en forma difícil constituye un paso muy importante para determinar qué se puede hacer en esa situación y sobretodo evaluar las razones de su comportamiento.

Es común que al tratar de comprender el comportamiento de los niños, se mencionen factores hereditarios y biológicos como causales, sin embargo aunque estos factores juegan un papel importante, la mayor parte del comportamiento del niño es aprendido. Esto significa, que con el paso de los años, y a través de la experiencia, los niños van aprendiendo qué

conductas les permiten enfrentar el medio que los rodea y cómo obtener de éste lo que desean.

Específicamente existen pautas que, aplicadas correctamente, permiten a los padres desarrollar los aspectos positivos de la personalidad única de sus hijos y corregir conductas erróneas.

Abuso y castigo

En el momento de disciplinar a sus hijos, tome en cuenta que debe evitar el abuso físico, verbal, autoritarismo, sobornos (si haces caso, te doy algo a cambio) y las amenazas.

También es importante establecer una diferenciación categórica entre el abuso físico y el castigo físico y entre el soborno y la premiación.

El castigo físico, según el Doctor James Dobson, autor de numerosos libros sobre el tema, debe ser aplicado solamente ante desafíos y por padres amorosos, es decir personas que no sean violentas y que sepan controlar el enojo.

Además, Dobson enfatiza que el niño debe ser advertido con anterioridad sobre los comportamientos causales de castigo físico, y que este debe ser inmediato a la acción.

Cuando utilice este método de corrección, debe ser tal que no dañe a su hijo y debe aplicarlo sólo en las nalgas. No es conveniente utilizar este método en niños menores de un año y medio ni en mayores de 10 años; y siempre recuerde: *no utilice el castigo físico como medio de corrección impulsivamente o porque no sabe que hacer.*

Premios y recompensas

En cuanto al método de recompensas o premios, muchos padres lo utilizan porque inicialmente parece una manera sencilla de controlar la conducta de los hijos. Sin embargo cuando esta pauta se aplica de forma excesiva e indiscriminada, el niño puede llegar a creer que hace un favor portándose bien y por eso deben tener ganancias, sin llegar a comprender las normas. Así también llega un momento en que los premios se agotan y cuando esto sucede ya no es posible controlar su conducta.

Para aplicar correctamente el método de recompensas es necesario comprender que los niños pueden ser premiados, pero no por aquellas conductas que son parte de sus responsabilidades, se deben reconocer los logros del niño y estimularle a que siga adelante, a fin de que el niño se sienta como un miembro de la familia, con responsabilidades y también con derechos, pero no así para controlar su conducta.

Recuerde, cuando usted establece normas de disciplina en su hogar está amando a sus hijos, preocupándose y ocupándose de su formación, y otorgándoles las herramientas para que se desarrollen de forma integral como seres humanos seguros de sí mismos, auto-controlados y de beneficio a la sociedad.

¿Cómo aplicar la disciplina?

- La disciplina que se aplique debe de estar de acuerdo a la edad y capacidades del niño.
- Los límites deben ser claramente definidos por los padres, y comprendidos por los hijos antes de ser exigidos como pautas de comportamiento.
- Una vez que su hijo sepa lo que se espera de él considérela responsable de su comportamiento . Esto parece fácil, pero frecuentemente conduce a una competencia de voluntades con el niño. Es muy importante que los padres ganen esos enfrentamientos.
- Distinga entre el desafío intencional y la irresponsabilidad infantil . Olvidar, perder, romper y derramar cosas no son desafíos al liderazgo del adulto, y esas situaciones deberían manejarse muy bondadosamente.
- Tranquile al niño e instrúyalo tan pronto como el tiempo de enfrentamiento pase . Abrácelo y utilice esa oportunidad para explicarle con mucho cariño lo que acaba de ocurrir.
- Evite exigencias imposibles . Esté absolutamente seguro de que su niño es capaz de hacer lo que usted le exige.
- Permita que el amor sea su guía . Es muy probable que la relación sea buena cuando está caracterizada por afecto y amor genuinos.
- Lo que se limita es la conducta nunca los sentimientos. Al llamarle la atención señale la conducta y no al niño. Esto le permitirá comprender que lo que debe modificar es su conducta y no a él mismo.
- Las consecuencias deben de ser inmediatas al mal comportamiento. Deben ser apropiadas de acuerdo a la trasgresión y de corta duración.

- Constantemente alabe lo que su hijo hace bien.
- Los límites deben fijarse de manera que no afecten el respeto y la autoestima del niño ni de los padres. Se trata de poner límites sin que el niño se sienta humillado, ridiculizado o ignorado y, a la vez, de que el padre no se siente irrespetado por el niño.
- Si su hijo es adolescente, las reglas y consecuencias se negocian, se discuten y se llega a acuerdos. Una manera eficaz es elaborando contratos por escrito en donde se establezca lo que se espera de ellos y qué pasa sino lo cumplen.
- Sea firme y constante.
- No sea repetitivo, los hijos necesitan que se tomen acciones.
- Póngase de acuerdo con su pareja, ambos deben coordinar y no contradecirse.



Recuerda decirme lo mucho
que me amas y lo importante
que soy para ti.

Necesito sentirme seguro,
querido
y respetado.